

えつこの部屋
すぴんおふ



第2回

ミスティカ・アンドレオリ

今回のゲストは、「ラヴィングタッチ」の創始者のミスティカ・アンドレオリです。ちょうど夏前に来日してコースを開催されていたので、インタビューをお願いしました。ミスティカはとてもファッショナブルです。ハッピーエナジーが満載で、女性であることや人生をここから謳歌している…そんな感じがして、まわりにも笑いがたえません。鎌倉の古民家を改装したカフェで、その秘訣を教えてくださいました。どうぞ、おたのしみください。

Mystica



えつこ ミスティカさんの初来日は2000年でしたので、来日歴はもう16年ほどになりますね。そして、人生の師ともいえるカヴィーシャさんが病におかされたときにヒーリングされた経験から、ユニオミスティカオイルを作られました。その後、ご自身もがんに倒れられ、一時期日本にも来られない時期がありました。今では、それも完全に克服されて、去年からは日本でのワークも再開されて、今年は2年目になりますね。

ミスティカさんは、ご自身のワークを通して、なにを伝えたいとお考えですか？

ミスティカ 自分を愛すること、自分を受け入れること。結果的に、自分を愛すること

ができるようになることです。どういう意味かというと、未来において、たとえば将来自分がよくなったら…、体重が減ったら、ボーイフレンドができたら、あるいはこれをすればすばらしくなるだろうといった未来志向ではなく、私たちのワークとオイルは、今ここに私たちを連れ戻してくれます。

今この瞬間の自分自身を受け入れることで「ブレゼンス」(今この瞬間とともにいる)ができるようになります。

えつこ ミスティカさんの美の秘訣をみんなが知りたがっているのですが、その秘訣はなんでしょうか？

ミスティカ その秘訣は、ハートの道です。だから、私を持つ

ているものを、みんなにも得てもらいたかったのでオイルやカードを作りました。

もちろん私は朝晩顔を洗いますし、いいフェイシャルクリームも使っています。

でも同時に、あなたがもっとハートにスペースを持つようになれば、もっと内側にスペースができれば、自分のなかにあるすべてのものを受け入れます。悪いものでも…なにを悪いと言うかは別にして、それらすべても受け入れることができるようになります。

私は、自分の内側にあるものを、なにひとつとして分離したり除外したりはしていません。それに加えて、私には気づきがあります。そして、自分のなかからものごとが起こるにまかせています。

私は気づいていなかったのですが、私たちは多くのマスク(仮面)をかぶって生きています。長年、いろいろなワークをしたり、瞑想をしたりすることで、そのことに気づくようになりました。

そこから、もっと自分自身に帰ることができるようになります。ナチュラルでいることができるようになります。自分自身を受容しはじめました。

自分がどうあるべきかという考えに基づいて生きるのではなく、今の自分自身のあるがままを受け入れるようになります。そのことに気づいてながめていきます。そして、私の人生はワクワクするものになったのです。なぜなら、私はすべてを観ている人であり、同時にすべてのことをしている

人でもあるのですから。

ですから、私の人生はいつも興味深く、決してひとりぼっちではありません。というのは、人生にはとても多くの側面があるからです。私はそれを許し、フィルターにかけることはありません。

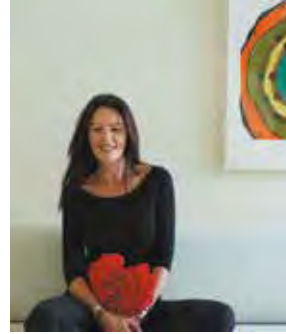
こんなふうに、自己受容すること、慈愛、感謝が美しくなることを助けてくれます。ハートがいっぱいになると、ほんとうにそのフィーリングを感じるのです。

自己を受容するということは、とても大きなことです。これは私自身の理解から生まれてきました。

えつこ 最近、日本のテレビ番組で、ふれあうこと(タッチすること)で、いいホルモ



ミスティカ・アンドレオリ



ユニオミスティオイル、ヒーリングアート「ラヴィングタッチ」の創始者。

ユニオミスティの共著者。ビルマ、ネパールでエナジーワーク・ヒーリングアートを研究。7年間にわたりスフィーのマスターからトレーニングを受ける。ハートの領域に関わるワークを専門とし、現在はユニオミスティオイル、レイキセッション、レイキニシエーションなどのセッションを行っている。

<http://mysticabeauty.jp/>

ンが出るというような特集をしていたのですが、あなたが教えておられる「ラヴィングタッチ」にもそのような効果はありますか？

ミスティカ はい、まったくその通りです。最近はそのことに人々はもっと気づくようになってきていますね。そのようなホルモンを出させるのは単なるタッチではなく、あるやり方でタッチするときです。やさしくタッチすることで、そういうホルモンが出ます。

やさしくハグすること、ミスティカ瞑想でのハグ、愛のあるハグ…。グループのなかでは、どのようにハグするのかを教えてください。どのようにハグを受け取るかということ、そし

てまた、どのように自分自身にハグをするかも教えています。ひとりでも、そのホルモンを出すことができるのです。

でも、特別なことではありませんが、プレゼンスでタッチすることで、ホルモンはもっと出るようになります。それは、とても大切なことです。

ふれる（タッチすること）という言葉は、忘れられてしまった言葉です。それが忘れられたのは、ふれることが恐れられていたからです。人々がふれることを恐れるのは、それがセクシャルなものになってしまったからです。だから、ふれるというアートがなくなろうとしています。

私は、ふれるというアートを取り戻したいと思っています

す。なぜなら、それはとてもすばらしいものだからです。それはセクシャルである必要はなく、すばらしいホルモンを出してくれるし、自分自身を愛を持ってふれるということ、赤ん坊にふれることや花にふれること…それは、とてもすばらしいことなのです。それは私の喜びです。



和尚アートユニティ スタッフブログ「えつこの部屋」はこちら。
<http://ameblo.jp/nobara-rose/>